

22.11.2023 - Dieta Podstawowa

Śniadanie



Obiad



22.11.2023 — Dieta Łatwostrawna z ogr. łatwo przyswajalnych węglowodanów



Obiad



Jadłospis

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: JAROSŁAW SZPITAL		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	
środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 1 Podś
Płatki owsiane na mleku 250 ml (<u>MLE, GLU OW, </u>), Chleb mieszany pszenno-żytni 68 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Chleb razowy żytnio-pszenny 32 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, </u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana z/c 250 ml ,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kasza kuskus/sypko 200 g (<u>GLU PSZ, </u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Surówka z marchwi i chrzaniu () 100 g (<u>MLE, S02, </u>), Kompot owocowy* z/c 250 ml , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Chleb r (<u>ŻYT, </u>), <u>PSZ, G</u> szt (<u>ML</u>), Sałat zbożow <u>JECZ,</u>
		Positel <u>JAJ, M</u>

Wartości odżywcze: E: 2368.83 kcal; B: 95.72 g; T: 67.97 g; Kw. tł. nasy.: 23.71 g; W: 349.95 g; WW: 32.25 Por; Ener. z B: 16.16 %; Ener. z W: 54.38 %; Ener. z T: 25.82 %; Ener. z Bł.: 8.31 g;

środa 2023-11-22		Jadłospis dla diety: PRZEW- JARO 6 Z ogr
Chleb razowy żytnio-pszenny 100 g (<u>GLU PSZ, GLU ŻYT, </u>), Masło porcjowane 10g (82% tł.) 1 szt (<u>MLE, </u>), Serek homo. naturalny 80 g (<u>MLE, </u>), Pomidor 70 g , Herbata czarna granulowana b/c 250 ml ,	Kminkowa z ziemniakami () 400 ml (<u>GLU PSZ, MLE, SEL, </u>), Kasza jęczmienna/sypko 200 g (<u>GLU JECZ, </u>), Pieczeń rzymska wieprzowa 100 g (<u>GLU PSZ, JAJ, </u>), Sos jarzynowy () 50 ml (<u>GLU PSZ, SEL, </u>), Surówka z marchwi i chrzaniu b/c () 100 g (<u>MLE, S02, </u>), Kompot owocowy* b/c 250 ml , Cukinia pieczona z olejem * 100 g ,	Chleb r (<u>ŻYT, </u>), Papr (<u>PSZ, G</u>), Sałat 250 m kiszony
II Śniadanie: Kefir 2.0% tł 150g 1 szt (<u>MLE, </u>),		Positel (<u>GLU F</u>), Szyn średnic 20 g (<u>G</u>

Wartości odżywcze: E: 2031.52 kcal; B: 89.14 g; T: 58.41 g; Kw. tł. nasy.: 22.99 g; W: 306.25 g; WW: 26.61 Por; Ener. z B: 17.55 %; Ener. z W: 52.31 %; Ener. z T: 25.87 %; Ener. z Bł.: 4 %;

